

**PERILAKU REMAJA PENGGUNA LENS KONTAK  
(SOFT LENS) DALAM PERAWATAN KESEHATAN MATA  
DI SMKN 3 KOTA BLITAR**  
*(The Behavior of Adolescents with Contact Lens (Soft Lens)  
in the Eye Health Care in SMKN 3 Blitar City)*

**Sunarti, Wahyu Setianingsih**

Poltekkes Kemenkes Malang Prodi Keperawatan Blitar  
email: s.kepsunarti@yahoo.co.id

**Abstract:** *Contacts lens could be supporting the appeal and appearance of a person to be more stylish and different. In the opinion of one ophthalmologist in dr Soetomo there are 50% of patients with eye disorders contact lens contaminated by amoebas and 1% of patients experienced a severe disorder that causes permanent blindness. The use of contact lenses requires secure the right under the guidelines. The aim of the research was to study the behavior of adolescent with contact lenses (soft contact lens) in the eye health care in SMK N 3 of Blitar. The population was students of class XI and the sample was class XI students who used contact lenses. This research used purposive sampling technique. The data collection used a checklist and interview. The results showed 37.1% behave properly according to the SOP 45.7% in using contact lenses, but 62.9% showed improper behavior according to SOP in the cleaning of contact lenses. This was due to adolescents do not get used to the consultation eye health workers. Recommendations of this study were expected to educational institutions in collaboration with health care providers in improving the UKS program for health promotion in particular about the behavior in the use and cleaning of contact lenses in accordance with the SOP.*

**Keywords:** *behavior, adolescent, eye health care, soft lens*

**Abstrak:** Lensa kontak bisa menjadi penunjang daya tarik dan penampilan seseorang menjadi lebih gaya dan berbeda. Menurut pendapat salah satu dokter spesialis mata di RSUD dr Soetomo terdapat 50% pasien yang mengalami gangguan mata karena lensa kontak terkontaminasi oleh amoeba sedangkan 1% pasien mengalami gangguan berat sehingga menyebabkan kebutaan permanen. Penggunaan lensa kontak memerlukan penjagaan yang benar berdasarkan panduan. Tujuan penelitian untuk mengetahui perilaku remaja pengguna lensa kontak (*soft lens*) dalam perawatan kesehatan mata di SMK N 3 Kota Blitar. Populasi penelitian adalah siswa kelas XI dan sampel yang diteliti siswa kelas XI yang memakai lensa kontak, menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dengan cara *ceklist* dan wawancara. Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 37,1% berperilaku sesuai SOP sebesar 45,7% dalam penggunaan lensa kontak, namun sebanyak 62,9% menunjukkan perilaku tidak sesuai SOP dalam pembersihan lensa kontak. Hal ini disebabkan remaja tidak membiasakan konsultasi mata ulang ke petugas kesehatan. Rekomendasi penelitian ini diharapkan institusi pendidikan bekerjasama dengan petugas kesehatan dalam meningkatkan program UKS untuk melakukan promosi kesehatan khususnya tentang perilaku dalam penggunaan dan pembersihan lensa kontak sesuai dengan SOP.

**Kata kunci:** perilaku, remaja, perawatan kesehatan mata.

Masa remaja adalah suatu fase perkembangan yang dinamis dalam kehidupan seorang individu. Masa ini merupakan periode transisi dari masa anak ke masa dewasa yang ditandai dengan percepatan

perkembangan fisik, mental, emosional dan sosial dan berlangsung pada dekade kedua masa kehidupan. (Cahyaningsih, 2011)

Seiring dengan kemajuan teknologi dan perkembangan jaman di era modern ini banyak remaja terutama kaum hawa yang ingin memperindah atau mempercantik dirinya dengan berbagai cara. Salah satunya dengan mengganti kacamata dengan lensa kontak, semakin lama semakin meningkat karena lebih praktis penggunaannya dan tidak berat saat memakai. Lensa kontak memiliki banyak warna yang bisa dipilih sesuai keinginan. Lensa kontak ini bisa menjadi penunjang daya tarik dan penampilan seseorang menjadi lebih gaya dan berbeda.

Namun dalam penggunaannya masih sering mengabaikan kebersihan lensa kontak (*softlens*). Sangat dianjurkan bagi yang menggunakan lensa kontak (*softlens*) untuk selalu menjaga kebersihan. Karena jika kurang memperhatikan kebersihan lensa kontak (*softlens*) dapat mengakibatkan gangguan mata yang cukup serius seperti mata kering, penglihatan menjadi kabur, gatal hingga kebutaan.

Lensa kontak adalah lensa yang dipasang menempel pada jaringan anterior kornea dan sklera untuk memperbaiki tajam penglihatan dan kosmetik. (Kemenkes, 2008)

Pengguna lensa kontak memang berpotensi terinfeksi bakteri, jamur, atau mikroba lainnya apabila digunakan tanpa memperhatikan aspek kebersihan dan petunjuk penggunaan. Kasus keluhan paling banyak terjadi adalah konjungtivitis akibat ketidakpatuhan pasien dalam menggunakan lensa kontak.

Menurut salah satu dokter spesialis mata dari Graha Amerta RSUD dr Soetomo, dari Hendrian D. Soebagyo., Spm mengaku, khusus untuk pasien yang ditanganinya sedikitnya terdapat 50% pasien yang mengalami gangguan mata karena lensa kontak mereka terkontaminasi oleh amoeba. Sedangkan 1% pasien mengalami gangguan berat hingga menyebabkan kebutaan permanen. (Prestiwati, 2015).

Berdasarkan data NCBI dari jurnal bagian ilmu kesehatan mata Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado, secara keseluruhan pengguna lensa kontak di dunia mencapai 140 juta orang, baik lensa kontak untuk kepentingan koreksi ataupun untuk kosmetik. Pengguna terbanyak terdapat di benua Asia dan Amerika, dimana 38 juta pengguna berasal dari Amerika Utara kemudian 24 juta pengguna berasal dari Asia dan 20 juta pengguna berasal dari Eropa. Untuk lama pemakaian, sekitar 60% pengguna lensa kontak menggunakan *extended wear contact-lens*, dan 40% pengguna lensa kontak

menggunakan *daily wear contact-lens*. Dari data di atas, lensa kontak lebih menjadi pilihan masyarakat dalam menangani gangguan mata, khususnya dalam hal kelainan refraksi. Menurut Stanler, sekitar 80.000 pengguna lensa kontak menderita penyakit mata, khususnya gangguan pada konjungtiva, kornea dan kalenjar air mata.

Kesehatan mata merupakan suatu aspek yang penting dan harus dijaga demi memperoleh informasi yang diperlukan. Namun, banyak manusia yang mengabaikan bahkan tidak peduli pada kesehatan mata, sehingga dapat menimbulkan gangguan pada mata. Salah satunya adalah cara perawatan pengguna lensa kontak (*soft lens*) dalam menjaga kebersihan lensa kontak.

Mata adalah sistem optik yang memfokuskan berkas cahaya pada fotoreseptor, yang mengubah energi cahaya menjadi impuls saraf (Sloane, 2004)

Data dari Rumah Sakit Mardi Waluyo Kota Blitar bagian Poli Mata disebutkan bahwa yang mengalami gangguan mata seperti mata merah dan berair yang disebabkan penggunaan lensa kontak (*soft lens*) tahun 2015 ada 4 pasien. Penulis juga melakukan studi pendahuluan di salah satu optik kota Blitar mengenai penjualan kacamata maupun lensa kontak, penjualan yang lebih pesat mengalami peningkatan yang sangat drastis salah satunya penjualan lensa kontak yang dipilih oleh remaja. Hasil dari observasi teman satu kampus beberapa mahasiswa yang menggunakan lensa kontak (*soft lens*) jarang melakukan tindakan sesuai prosedur dalam perawatan dan pembersihan lensa kontak (*soft lens*). Peneliti juga melakukan wawancara dari 10 siswa siswi di SMK 3 Kota Blitar yang memakai lensa kontak pernah mengalami gangguan mata seperti matanya merah dan berair waktu pemakaian lensa kontak dan setelah selesai pemakaian. Dan waktu pemakaiannya mereka mengaku jarang membersihkannya terlebih dahulu. Mereka membiarkan mata mereka merah ataupun berair karena alasan dapat pulih kembali dan bisa dipakai lagi lain waktu saat mereka membutuhkan lensa tersebut untuk kepentingan sebuah acara. Mereka tidak sama sekali memeriksakan ke dokter mata atau apapun di pelayanan kesehatan. Padahal jika dibiarkan dapat berbahaya bagi kesehatan mata.

Jadi mata adalah panca indera manusia yang sangat penting atau esensial. Dapat dibayangkan jika kita mengalami kerusakan mata atau kebutaan, kita tidak dapat menikmati dan merasakan betapa indahnya alam semesta ini.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa pentingnya memelihara kesehatan mata dan menjaga kebersihan lensa kontak sangat kurang, maka dari itu penulis tertarik melakukan penelitian perilaku remaja pengguna lensa kontak (*soft lens*) dalam perawatan kesehatan mata.

## BAHAN DAN METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas XI SMKN 3 Kota Blitar yang menggunakan lensa kontak (*softlens*) sebanyak 35 siswa dengan teknik *Purposive Sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan *ceklist* dan wawancara. Pengumpulan data dilakukan di SMKN 3 Kota Blitar pada 28 Juli 2016. Analisa data secara deskriptif dengan tampilan prosentase.

## HASIL PENELITIAN

Secara umum, perilaku remaja pengguna lensa kontak (*soft lens*) dalam perawatan kesehatan mata di smkn 3 kota blitar seperti dalam Tabel 1 di bawah.

**Tabel 1** Karakteristik perilaku remaja pengguna lensa kontak (*soft lens*) dalam perawatan kesehatan mata di smkn 3 kota blitar, Juli 2016, (n=35)

No.	Karakteristik	f	%
1	Umur:		
	- 16 tahun	12	34
	- 17 tahun	23	66
2	Jenis kelamin:		
	- Laki-laki	1	3
	- Perempuan	34	97
3	Lama pakai lensa kontak:		
	- 6 bulan	7	20
	- Lebih dari 6 bulan	28	80
4	Tujuan pakai lensa kontak:		
	- Terapi mata	8	23
	- Kosmetik	27	77
5	Reaksi selama pemakaian lensa kontak:		
	- Mata merah	26	74
	- Mata berair	8	23
	- Mata pedas	1	3
6	Riwayat penyakit mata:		
	- Ya	6	17
	- Tidak	29	83
7	Informasi		
	- Ya	32	91
	- Tidak	3	9

No.	Karakteristik	f	%
8	Sumber informasi yang diperoleh:		
	- petugas kesehatan	10	29
	- Media cetak	6	17
	- Media elektronik	12	34
	- Petugas optik	4	11
9	Teman <i>sharing</i> apabila ada masalah gangguan pada mata:		
	- Teman	24	69
	- Petugas kesehatan	6	17
	- Dokter	4	11
	- Tidak <i>sharing</i>	1	3
10	Pemeriksaan mata rutin:		
	- 1 bulan sekali	6	17
	- 2 bulan sekali	2	6
	- 3 bulan sekali	15	43
	- Tidak pernah	12	34

Perilaku remaja pengguna lensa kontak (*soft lens*) dalam perawatan kesehatan mata di SMK Negeri 3 Kota Blitar ditunjukkan dalam Tabel 2.

**Tabel 2** Data perilaku remaja pengguna lensa kontak (*soft lens*) dalam perawatan kesehatan mata di SMK Negeri 3 Kota Blitar, Juli 2016, (n=35)

Perilaku remaja pengguna lensa kontak ( <i>soft lens</i> ) dalam perawatan kesehatan mata			
No	Kategori	f	%
1	Sesuai SOP	13	37.1
2	Tidak sesuai SOP	22	62.9

Perilaku remaja dalam penggunaan lensa kontak (*soft lens*) di SMK Negeri 3 Blitar Kota Blitar ditunjukkan dalam Tabel 3.

**Tabel 3** Data perilaku remaja dalam penggunaan lensa kontak (*soft lens*) Di SMK Negeri 3 Blitar Kota Blitar, Juli 2016, (n=35)

Perilaku remaja pengguna lensa kontak ( <i>soft lens</i> )			
No	Kategori	f	%
1	Sesuai SOP	16	45.7
2	Tidak sesuai SOP	19	54.3

Perilaku remaja dalam pembersihan lensa kontak (*soft lens*) di SMK Negeri 3 Blitar Kota Blitar ditunjukkan dalam Tabel 4.

**Tabel 4** Data perilaku remaja dalam pembersihan lensa kontak (*soft lens*) di SMK Negeri 3 Blitar Kota Blitar, Juli 2016, (n=35)

No	Perilaku remaja dalam pembersihan lensa kontak ( <i>soft lens</i> )		
	Kategori	f	%
1	Sesuai SOP	13	37.1
2	Tidak sesuai SOP	22	62.9

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian dari 35 siswa yang menggunakan lensa kontak diperoleh data Perilaku Remaja Pengguna Lensa Kontak (*Soft Lens*) dalam Perawatan Kesehatan Mata Di SMKN 3 Kota Blitar diketahui sebanyak 37,1% (13 siswa) berperilaku sesuai SOP. Faktanya, sebanyak 45,7% (16 siswa) menggunakan lensa kontak sesuai SOP. Sedangkan 62,9% (22 siswa) tidak berperilaku sesuai SOP lensa kontak dalam pembersihan lensa kontak. Perilaku remaja dalam menggunakan lensa kontak sesuai SOP sebesar 45,7% (16 siswa) dan 54,3% (19 siswa) menggunakan lensa kontak tidak sesuai SOP. Selain itu, perilaku siswa dalam melakukan pembersihan lensa kontak sesuai SOP sebesar 37,1% (13 siswa) dan 62,9% (22 siswa) melakukan pembersihan lensa kontak tidak sesuai SOP. Dari penelitian ini dapat disimpulkan siswa cenderung tidak mematuhi SOP dalam pembersihan lensa kontak sebesar 62,9% (22 siswa). Menurut Taufik (2016), SOP (*Standard Operating Procedures*) adalah panduan hasil kerja yang diinginkan serta proses kerja yang harus dilaksanakan. SOP dibuat dan di dokumentasikan secara tertulis yang memuat prosedur (alur proses) kerja secara rinci dan sistematis. Alur kerja (prosedur) tersebut haruslah mudah dipahami dan dapat di implementasikan dengan baik dan konsisten oleh pelaku. USA Food and Drug Administration mengatakan bahwa *cosmetic use* juga disebut dengan *decorative contac lense* (lensa kontak hias) yang tidak memperbaiki mata dengan baik. Peneliti berpendapat bahwa siswa banyak yang mengabaikan kesehatan mata terutama pengguna lensa kontak (*soft lens*) karena dalam pembersihannya tidak sesuai standar operational prosedur sehingga kalau tidak dirawat secara rutin akan menimbulkan kuman atau bakteri yang akan merusak mata maka perlu adanya perawatan lensa kontak yang sesuai SOP.

Berdasarkan hasil penelitian perilaku remaja dalam penggunaan lensa kontak (*soft lens*) di

SMKN 3 Kota Blitar, diperoleh data yang menunjukkan bahwa sebanyak 45,7% (16 siswa) melakukan penggunaan lensa kontak sesuai SOP. Dari *ceklist* SOP yang paling menonjol siswa menjawab “ya” sebanyak 86% yaitu siswa sebelum memakai lensa kontak mencuci tangan dahulu dengan sabun sesuai dengan SOP penggunaan lensa kontak. Menurut Kemenkes RI 2014, cuci tangan dengan sabun adalah salah satu tindakan sanitasi dengan membersihkan tangan dan jari jemari menggunakan air dan sabun oleh manusia untuk menjadi bersih dan memutuskan mata rantai kuman. Mencuci tangan dengan sabun dikenal juga sebagai salah satu upaya pencegahan penyakit. Hal ini dilakukan karena tangan seringkali menjadi agen pembawa kuman dan menyebabkan patogen berpindah dari satu orang ke orang lain, baik dengan kontak langsung maupun tidak langsung (menggunakan permukaan-permukaan lain seperti handuk, gelas). Tangan yang bersentuhan langsung dengan kotoran manusia maupun binatang, ataupun cairan tubuh seperti ingus, dan makanan/minuman yang terkontaminasi saat tidak dicuci dengan sabun dapat memindahkan bakteri, virus, dan parasit pada orang lain yang tidak sadar bahwa dirinya sedang ditularkan. Maka dari itu setiap memasang ataupun melepas lensa kontak sangat dianjurkan cuci tangan terlebih dahulu supaya tidak terjadi seperti mata merah, pedas, berair dan segala macam penyakit yang berhubungan dengan mata.

Berdasarkan hasil penelitian sebanyak 54,3% (19 siswa) melakukan penggunaan kontak lensa tidak sesuai SOP. Dari *ceklist* SOP yang paling menonjol siswa menjawab “tidak” sebanyak 49%, siswa tidak membiasakan memakai lensa kontak dari mata kanan sesuai dengan SOP penggunaan lensa kontak yang aman. Menurut *American Optometric Association* (2010) menggunakan lensa kontak harus membiasakan dari mata sebelah kanan agar tidak tertukar karena jika ada pengguna lensa kontak untuk tujuan terapi mata hal ini harus diperhatikan supaya manakah mata yang bermasalah berbeda dengan mata yang satunya, prosedur diberlakukan untuk semua para pengguna lensa kontak dan tidak memandang untuk mengoreksi kelainan refraksi, kelainan akomodasi, terapi dan kosmetik. Faktanya bahwa berdasarkan hasil penelitian pada tujuan pemakaian lensa kontak sebesar 77,1% (27 siswa) memakai lensa kontak karena faktor kosmetik atau penampilan. Dari hal tersebut kita tahu bahwa lensa kontak yang digunakan untuk kosmetik, lensa bagian kanan dan bagian kiri apabila dipasang

pada mata tidak memiliki efek penglihatan pada mata, berbeda dengan lensa kontak yang digunakan untuk terapi kesehatan mata, misalnya untuk terapi pada mata minus, akan memberikan pengaruh pada penglihatan jika penempatan lensa pada mata tertukar. Hal inilah yang menyebabkan siswa tidak memperhatikan penempatan lensa kontak bagian kanan dan kiri pada mata, dan sebanyak 43% siswa tidak melakukan semua petunjuk dan saran pemakaian lensa kontak dari produsen, optician dan dokter sesuai dengan SOP penggunaan lensa kontak yang aman. *American Optometric Association* mengatakan bahwa semua petunjuk dan saran pemakaian lensa kontak dari produsen, optician, dan dokter harus dilakukan karena pengguna awal harus tau bahwa apa yang diinginkan harus diperiksa dulu kondisi mata sebelum pakai supaya tidak fatal akibatnya. Peneliti berpendapat bahwa remaja pengguna lensa kontak mendapatkan informasi tentang petunjuk penggunaan tidak hanya dari produsen, optician dan dokter melainkan dari media elektronik. Faktanya sebanyak 34,3% (12 siswa) dari 32 siswa yang pernah mendapatkan informasi tentang penggunaan dan pembersihan lensa kontak mendapatkan informasi dari media elektronik. Sehingga hal ini yang menyebabkan remaja tidak mengikuti semua petunjuk produsen, optik dan dokter. Selain itu, lama pakai dari penggunaan lensa kontak juga mempengaruhi kepatuhan remaja dalam melakukan petunjuk sesuai SOP yang benar. Faktanya bahwa 48,6% (17 remaja) dari 28 remaja yang memakai lensa kontak lebih dari 6 bulan, dengan lama pakai yang lebih lama maka pengalaman yang mereka dapatkan dalam melakukan penggunaan dan pembersihan lensa kontak akan mempengaruhi mereka dalam melakukan penggunaan dan pembersihan lensa kontak sesuai SOP yang benar.

Diperoleh data yang menunjukkan bahwa sebanyak 37,1% (13 siswa) melakukan pembersihan lensa kontak sesuai SOP. Dari *ceklist* SOP yang paling menonjol siswa menjawab “ya” sebanyak 91% yaitu siswa sebelum berenang harus melepas lensa kontak sesuai dengan SOP. Berenang menggunakan lensa kontak beresiko mengumpulkan jutaan parasit dari air yang kotor yang dapat menyebabkan infeksi hingga kebutaan permanen pada mata. Menurut peneliti tidak sewaktu berenang saja melepas lensa kontak, dalam waktu tidurpun juga harus dilepas karena sangat beresiko terjepit pada celah bola mata sehingga sulit dikeluarkan sehingga

perlu bantuan medis dan bila mata ditutup lensa kontak bisa berpengaruh terhadap kadar oksigen di dalamnya. Saat mata kehabisan oksigen maka beresiko bakteri masuk ke dalam mata dan menyebabkan iritasi.

Seringkali tidur pakai *softlens* bisa mengalami komplikasi pada mata. Karena kornea mata akan tertutup terus dengan lensa kontaknyanya lalu oksigennya menjadi berkurang, tidak cukup, bisa mengakibatkan kornea bengkak itu bisa karena bakteri yang kemudian menyebabkan iritasi, infeksi juga.

Dari hasil penelitian sebanyak 62,9% (22 siswa) melakukan pembersihan kontak lensa tidak sesuai SOP. Dari *ceklist* SOP yang paling menonjol siswa menjawab “tidak” sebanyak 89% siswa tidak melakukan pemeriksaan mata ulang ke dokter sesuai SOP pembersihan lensa kontak. Menurut *American Optometric Association* pengguna lensa kontak harus menemui dokter secara rutin minimal 6 bulan sekali untuk melakukan pemeriksaan ulang agar kesehatan mata tetap terkontrol. Periksa mata secara rutin tidak kalah pentingnya karena seiring bertambahnya usia penglihatan kita dapat mengalami kemunduran. Peneliti berpendapat bahwa pengguna lensa kontak sebagian besar menganggap bahwa jika mata tidak memiliki keluhan tidak melakukan pemeriksaan mata ke dokter dan apabila mata tidak ada keluhan mereka menganggap bahwa mata mereka sehat dan sebanyak 49% siswa tidak menyimpan wadah di tempat yang tidak lembab terlindung dari sengatan sinar matahari dan mengganti wadah penyimpanan sesuai dengan SOP teknik pembersihan lensa kontak. Menurut *American Optometric Association* wadah lensa kontak harus disimpan di tempat yang tidak lembab dan harus mengganti wadah penyimpanan lensa kontak maksimal 3 bulan sekali karena *Acanthamoeba* pada umumnya ditemukan di tanah, air dan wilayah yang lembab. Beberapa spesies jenis *Acanthamoeba* mengonsumsi bakteri dan dapat menyebabkan infeksi bagi manusia. Infeksi *Acanthamoeba* biasa disebut dengan amoebic keratitis yang menyerang mata manusia. dan terlindungi dari sengatan sinar matahari langsung Peneliti berpendapat bahwa apabila dilihat secara kasat mata wadah tampak bersih, para pengguna lensa kontak beranggapan bahwa wadahnya baik-baik saja padahal bakteri yang masuk tidak dapat dilihat dari kasat mata.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Perilaku Remaja Pengguna Lensa Kontak (*Soft Lens*) dalam Perawatan Kesehatan Mata Di SMKN 3 Blitar Kota Blitar diketahui sebanyak 37,1% (13 siswa) berperilaku sesuai SOP. Faktanya, sebanyak 45,7% (16 siswa) menggunakan lensa kontak sesuai SOP. Sedangkan 62,9% (22 siswa) tidak berperilaku sesuai SOP lensa kontak dalam pembersihan lensa kontak. Perilaku Remaja dalam Penggunaan Lensa Kontak (*Soft Lens*) Di SMK Negeri 3 Blitar Kota Blitar diperoleh data sebanyak 45,7% (16 siswa) melakukan penggunaan lensa kontak sesuai SOP. Jawaban “ya” yang paling menonjol pada SOP tentang sebelum memakai lensa kontak mencuci tangan dahulu sebanyak 86% siswa dan sebanyak 54,3% (19 siswa) melakukan penggunaan lensa kontak tidak sesuai SOP. Jawaban “tidak” yang paling menonjol pada SOP tentang membiasakan memakai lensa kontak dari mata kanan 49%, siswa. Faktor yang mendukung adalah lama pemakaian lebih dari 6 bulan 80,0% (28 siswa), tujuan pemakaian kosmetik 77,1% (27 siswa), dan informasi 91,4% (32 siswa) dari sumber informasi yang diperoleh dari media elektronik 34,3% (12 siswa). Perilaku Remaja Dalam Pembersihan Lensa Kontak di SMKN 3 Kota Blitar diperoleh data sebanyak 37,1% (13 siswa) melakukan pembersihan lensa kontak sesuai SOP. Jawaban “ya” yang paling menonjol pada SOP tentang sebelum berenang harus melepas lensa kontak sebanyak 91%, siswa dan sebanyak 62,9% (22 siswa) melakukan pembersihan kontak lensa tidak sesuai SOP. Jawaban “tidak” yang paling menonjol pada SOP tentang melakukan pemeriksaan mata ulang ke

dokter sebanyak 89% siswa. Faktor yang mendukung adalah lama pemakaian lebih dari 6 bulan 80,0% (28 siswa), tujuan pemakaian kosmetik 77,1% (27 siswa), dan informasi 91,4% (32 siswa) dari sumber informasi yang diperoleh dari media elektronik 34,3% (12 siswa).

### Saran

Saran (1) bagi peneliti lain diharapkan dari hasil penelitian ini dapat dijadikan pedoman untuk meningkatkan perawatan mata dalam teknik penggunaan dan pembersihan lensa kontak (*soft lens*) di SMKN 3 Kota Blitar, (2) bagi institusi pendidikan diharapkan institusi pendidikan bekerjasama dengan petugas kesehatan dalam meningkatkan program UKS SMKN 3 Kota Blitar untuk melakukan promosi kesehatan khususnya tentang perilaku dalam penggunaan dan pembersihan lensa kontak yang sesuai dengan SOP, (3) bagi peneliti lain diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai data dasar untuk melaksanakan penelitian lebih lanjut berkaitan dengan penggunaan dan pembersihan lensa kontak.

### DAFTAR RUJUKAN

- American Optometric Assosiation. 2016. *Contact*. Jakarta: CV. Trans Info Media.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 2008. *Standar Profesi Refraksionis Optisien*. (Online) (diakses tanggal 27 Juni 2016 pukul 22.17).
- Kemenkes RI. 2014. *Pusat Data dan Informasi*. (Online). (diakses tanggal 1 September 2016 pukul 11.33 WIB)
- Cahyaningsih, D,S. 2011. *Pertumbuhan Perkembangan Anak & Remaja*Oka, P.N. 1993. *Ilmu Perawatan Mata*. Surabaya: Airlangga University Press